

週間献立表

6月28日		6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日
日		月	火	水	木	金	土
朝	御飯 味噌汁 鶏つくね キャベツのお浸し 牛乳 	御飯 味噌汁 がんもの煮物 長芋のわさび風味 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ フルーチェ 牛乳 	御飯 味噌汁 白菜と厚揚げのそぼろあん カリフラワーのサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 三色いなり おくらのごま和え 牛乳 	パン ポタージュ ハンバーグ フルーツ 牛乳 	御飯 味噌汁 切り昆布と大豆の煮物 大根のなめたけ和え 牛乳 たまごソース
昼	御飯 メバルの生姜煮 かぶのさっと炒め ブロッコリーのドレッシングかけ	御飯 牛ガーリック焼 春雨サラダ 小松菜の中華風和え物 	御飯 鶏のチリソース ゴーヤのソテー 白菜の浅漬け 	御飯 さわらの西京焼き 鶏そぼろとふきの煮物盛 きゅうりの酢の物	御飯 豚の薬味のせ えびカツ キャベツの明太サラダ 	ちらし寿司 煮物盛 菜の花の辛子風味 ゼリー	御飯 八宝菜 点心盛り合わせ ほうれん草のナムル 
タ	御飯 豚の梅かつおまぶし 切り干し大根のケチャップ炒め 白菜の和え物 	御飯 サーモンフライ コンソメ煮 アスパラサラダ	御飯 ぶりのゴマだれ焼き じゃが煮 水菜のドレッシングかけ	御飯 牛肉の五目炒め 蒸し餃子あんかけ 畑菜のお浸し 	御飯 ホキのピリ辛焼き チキンの二色巻き 野菜マリネ	御飯 蒸し鶏のおろしポン酢 なすの炒め煮 白菜のゆかり和え    	御飯 白身魚の和風タルタル焼 里芋のそぼろ煮 にんじんとツナのサラダ